

Gdzie szukać źródła problemu:

Parametry terapii

Zdarza się całkiem często, że po kilku miesiącach stosowane ciśnienia wymagają drobnej korekty. Czasem warto poeksperymentować także z opcjami komfortu.

Szczelność maski

Wiele osób nie zdaje sobie sprawy z tego, jak źle na przebieg terapii wpływają wycieki powietrza. Jeżeli masz ten problem, wskazania AHI na aparacie nie są wiarygodne!

Zaburzenia nietypowe

Aparaty CPAP zostały zaprojektowane aby dobrze radzić sobie z popularnymi zaburzeniami obturacyjnymi. Niektóre maszyny jednak nie radzą sobie np. z RERA/UARS. Mogą one np. zmniejszać saturacje przy niskim AHI.

Inne problemy zdrowotne

CPAP może nasilać inne problemy zdrowotne, w szczególności np. nieżyt nosa lub astma. Jeżeli czujesz duszność, czy dyskomfort oddechowy zgłoś to swojemu lekarzowi.

Jakość snu

Większość osób nie zwraca uwagi na to jak CPAP wpływa na sen. Jeżeli osoba ma tendencje do wybudzeń to może się okazać, że nie jest w stanie wejść w głębokie fazy snu i tym samym śpi ale nie odpoczywa.

Skoro jest tak dobrze, to dlaczego czuje się źle?

Wielu z użytkowników CPAP przechodzi w terapii okres, że coś nagle zaczyna się „psuć”. Po pierwszych spektakularnie pozytywnych efektach terapii, nagle czujemy, że nie jest ona już efektywna jak na początku. Może się zdarzyć też tak, że na pierwszy rzut oka nie widać nic niepokojącego we wskaźnikach terapii (AHI, czas snu), więc lekarz bagatelizuje problem... To może być frustrujące.

Z mojego doświadczenia takie problemy lubią się pojawiać po około 3 miesiącach od rozpoczęcia terapii. Jest to na tyle długi okres, że przestają już działać naturalne mechanizmy kompensacyjne regulowane przez układ współczulny. W tym czasie pacjent zdąży się też przywyklić do pozytywnych skutków terapii i stają się one normą, a na pierwszy plan wychodzą nawet drobne niedogodności terapii.

Moja rada jest taka, żeby absolutnie się nie załamywać i dążyć do tego aby znaleźć i wyeliminować źródło problemu. W znakomitej większości przypadków takie problemy są tylko przejściowe i wystarczy np. drobna korekta nastawów aparatu przez lekarza. W skrajnych wypadkach możemy zwiększyć skuteczność terapii zamieniając urządzenie CPAP na BiPAP.

Tu szukaj pomocy:

**Lekarz**CPAP
blog.pl**CPAPblog.pl****Grupa dyskusyjna
„Bezdech senny”**

Znajdź nas w Internecie

www.drcpap.plwww.cpapblog.pl